



Foto: Øystein Haugerud

## Økologiske produkter - spørsmål og svar

Grete Lene Serikstad, Bioforsk Økologisk

Her finner du svar på vanlige spørsmål som kundene stiller om økologiske produkter. Hva er økologisk landbruk? Hvorfor merpris? Er økologisk mat sunnere og mer miljøvennlig? Kan vi stole på kontrollen av slike produkter?

### Hva er økologisk landbruk?

Økologisk landbruk bygger på naturens premisser. Ønsket om å utvikle et bærekraftig landbruk, basert på lokale og fornybare ressurser er den felles, internasjonale drivkraften for driftsformen. En bevisst 'føre var'-holdning vil gjøre det mulig å drive et økologisk forsvarlig landbruk også for kommende generasjoner.

Driftsformen stimulerer til samspill mellom jord, mikroorganismer, planter, dyr og mennesker. Belgvekster som kløver og erter og organisk gjødsel som kompost og husdyrgjødsel brukes istedenfor lettløselig kunstgjødsel. Forbyggende tiltak og mekaniske/biologiske direkte tiltak benyttes istedenfor kjemisk-syntetiske sprøytemidler. Naturlig adferd og godt miljø for husdyra er viktig. Husdyra får økologisk fôr og har tilgang på uteareal hele året. Økologiske høner får gå ute og kan sandbade, beite på gras og smådyr og får rikelig mosjon.

### Hva betyr det at varen er Ø-merket?

Økologiske varer i Norge er Ø-merket. Det betyr at de er dyrket i henhold til inter-

nasjonale regler for økologisk landbruk og produksjon. Det er kontrollinstansen Debio som utfører kontroll og sertifisering på oppdrag fra Mattilsynet, både for produksjon, videreforedling og salg av slike produkter. Står det andre merker for økologisk produksjon sammen med Ø-merket, for eksempel det svenske KRAV-merket, betyr det at produktet er godkjent i henhold til regelverk også i andre land. Produkter merket for eksempel med 'usprøyt', 'frittgående' eller 'naturlig' er ikke godkjent økologiske. I andre land kontrolleres økologiske produkter etter samme prinsipper som i Norge, men fordi dyrkingsforholdene er forskjellige, kan detaljer i reglene variere noe.



Ø-merket viser at produktet har blitt produsert i henhold til regler for økologisk drift.

### Hvorfor koster økologiske produkter mer?

Økologisk dyrking krever litt mer arbeid og gir noe mindre avling enn vanlig landbruk i vestlige land, fordi det ikke brukes lettløselig kunstgjødsel og kjemisk-syntetiske sprøytemidler. Dyra presses ikke til maksimal produksjon, så de yter litt mindre, for eksempel av egg og melk. Samtidig er kostnadene i omsetnings- og salgsledd noe høyere, fordi det er mindre mengder varer som håndteres. Prosentvis MVA og fortjeneste i butikkene gjør dyre varer enda dyrere.

### Er øko-maten sunnere enn vanlig mat?

Det er ikke mulig å gi et generelt svar på spørsmålet. Økologisk mat er ikke ensartet, akkurat som mat dyrket på vanlig måte heller ikke er det.

Økologiske varer inneholder ikke genmodifiserte organismer (GMO) eller rester av kjemisk-syntetiske sprøytemidler. Målinger av økologisk korn viser at innholdet av soppgifter (mykotoksiner) ikke er høyere enn i vanlig dyrka korn. Undersøkelser, blant annet i Norge, kan ikke påvise sykdomsfremkallende organismer (patogener) i grønnsaker gjødslet med husdyrgjødsel. Små mengder nitrogen-gjødsel i økologisk landbruk gir mindre sjanse for høyt nitratinhold i f.eks. grønnsaker. Bare 10 % av tillatte E-stoffer i vanlig mat er tillatt i økologiske produkter, og ingen av disse er kunstige aroma- og fargestoffer.

Antioksidanter, vitaminer og fettsyresammensetning i maten har positiv betydning for helsen vår. Undersøkelser viser at innholdet av antioksidanter og for eksempel C-vitaminer ofte er høyere i økologisk dyrka frukt og grønnsaker.

På grunn av mindre mengde konsentrert fôr, mye beiting og høyt innhold av kløver i fôret er det målt høyt innhold av fettsyrene CLA og Omega 3 i økologisk melk. Dette gi bl.a. et gunstig forhold mellom Omega 3 og 6. Slike stoffer kan bidra til å forbygge hjerte-/karsykdommer og kreft.

### Er økologisk landbruk mer miljøvennlig?

Kjøp av økologiske produkter sparer miljøet for utslipp av kjemisk-syntetiske sprøytemidler. Framstilling og transport av lettløselig kunstgjødsel krever mye energi. Ved sammenlikning av energiforbruk mellom ulike driftsformer kommer ofte økologisk landbruk best ut. Kunstgjødselproduksjon medfører også utslipp av klimagasser. Lavere gjødselnivå i

økologisk landbruk gir mindre sjanse for tap av næring til vann og luft. Økologisk landbruk kan gi et stort biologisk mangfold og et variert kulturlandskap. I intensive jordbruksområder i Danmark og England er det ved telling av fugl funnet flere arter og flere individer på økologiske arealer, sammenliknet med konvensjonelt drevne arealer. Økologisk produksjon krever noe større arealer enn tilsvarende produksjon i konvensjonell drift, men det er kanskje ingen ulempe når problemet mange steder er gjengroing?

### Mer informasjon

www.debio.no  
www.oikos.no  
www.tine.no  
www.bortskjemtmat.no  
www.grønnhverdag.no

Fagredaktør denne utgaven:  
Forskningssjef Atle Wibe, Bioforsk Økologisk

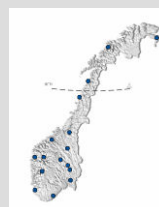
Ansvarlig redaktør:  
Direktør Turid Strøm, Bioforsk Økologisk

ISBN 978-82-17-00198-0  
www.bioforsk.no

### Bioforsk:

**Trygg matproduksjon, rent miljø og økt verdiskapning basert på langsiktig ressursforvaltning**

- Lokalisert over hele Norge
- Organisert i sju sentra
- 500 medarbeidere
- Omsetning 320 mill. kr



Bioforsk, Fr. A. Dahlsvei 20, 1432 ÅS  
Tlf. 03 246 / 406 04 100  
Faks. 63 00 92 10  
post@bioforsk.no